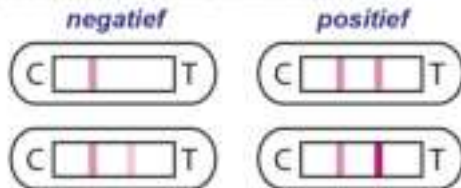


Gebruiksaanwijzing Mat Care Ovulatietest Midstream**Lees deze gebruiksaanwijzing aandachtig door, voordat u de test uitvoert**

- Controleer of op de verpakking "Ovulation / LH" staat
- Haal de test uit de verpakking
- Verwijder de dop.
- Houd het absorberende deel minimaal 5 seconden in de urinstroom of 15 seconden in een bekje opvangen urine.
- Zorg dat het absorberende gedeelte voldoende urine heeft opgesnomen.
- Plaats de dop terug op de test.
- Leg de test plat neer.
- U kunt het resultaat van de test na 10 minuten aflezen.



De T staat voor Testlijn, de C staat voor Controlelijn.

Negatief: Als alleen de controlelijn verschijnt of de testlijn lichter is dan de controlelijn, is het resultaat negatief. Uw LH peil is nog niet begonnen.**Positief:** Als de testlijn even donker of donkerder is dan de controlelijn, is het resultaat positief en vindt uw ovulatie waarschijnlijk binnen 48 uur plaats.**Opmerking:** Als er geen lijnen verschijnen, is de test ongediend en dient u een nieuwe test uit te voeren. Zorg ervoor dat u de gebruiksaanwijzing nauwkeurig volgt.**LET OP:** resultaat aflezen binnen 20 minuten! Interpretatie geen resultaat voordat de controlelijn verschijnt.**Wat weet ik over LH?**

De test detecteert LH (Luteïnisering Hormoon) in urine. De primaire functie van LH is het vrijgeven van een rijpe eicel in de eierstokken.

De snelle stijging van de hoeveelheid LH in de urine, de "LH piek", is het signaal van de start van het ovulatieproces. LH is altijd aanwezig in de urine, maar tijdens de piek is de hoeveelheid 20-30 maal hoger dan de normale hoeveelheid.

Deze piek duurt 1-3 dagen, daarna daalt de LH snel naar de normale hoeveelheid. De ovulatie vindt 20-48 uur na de start van de LH piek plaats. Dit is de meest vruchtbare periode van uw menstruatiecyclus.

Wanneer te beginnen met testen? Bereken de gemiddelde lengte van uw menstruaties. Indien u een onregelmatige cyclus heeft, gaat u uit van de kortste cyclus. Zoek het gemiddelde aantal dagen van uw cyclus hieronder op. Daarachter vindt u de dag waarop u het beste kunt beginnen met testen. Hierbij tellt de dag dat u uw menstruatie begint als 1, als dag 1.

Gemiddelde cyclus	Begin op dag
25	7
26	8
27	9
28	10
29	11
30	12

Gemiddelde cyclus	Begin op dag
31	13
32	14
33	15
34	16
35	17
36	18

Waar op te letten bij het uitvoeren van de test?

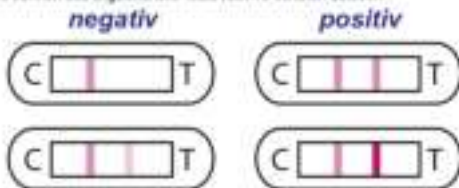
- Zorg dat u voor het uitvoeren van de test 4 uur niet plant en 2 uur niet heeft dronk.
- Vóór de test NIET uit met ochtendurine naar het urine opvangen busje (10:00 uur en 22:00 uur).
- Vóór de test iedere dag op hetzelfde tijdstip v.l. Rond de middag (12:00 uur) is het beste tijdstip.
- Zorg dat de test voldoende urine opneemt.

Hoe lang doet de test te beginnen met testen? Vanaf de dag dat u beginnen bent met testen, voert u elke dag een test uit en gaat door totdat u een positief resultaat heeft. Dit kan 5 tot 15 dagen duren en dit kan per cyclus verschillend zijn.**Wat als na 20 minuten geen enkele lijn verschijnt?** Het testresultaat is ongediend. Waarschijnlijk heeft u onvoldoende urine gebruikt. Voer een nieuwe test uit en zorg dat u voldoende urine gebruikt.

Bewaren en gebruiken op kamertemperatuur - Buiten bereik van kinderen houden - Niet blootstellen aan direct zonlicht, vuur of hitte - De test is voor eenmalig gebruik - Mat Care is niet aansprakelijk voor het onjuist uitvoeren van de test of het onjuist interpreteren van het testresultaat - Indien u vragen heeft kunt u een email sturen naar: info@matcare.nl

Gebruiksaanwijzing Mat Care Ovulatietest Midstream**Lezen Sie diese Gebrauchsanweisung sorgfältig durch, bevor Sie den Test durchführen**

- Kontrollieren Sie ob auf der Verpackung "Ovulation / LH" steht.
- Nehmen Sie den Test aus der Verpackung.
- Ziehen Sie die Kappe ab.
- Halten Sie die saugfähige Spitze mindestens 5 Sekunden in den Urinstrahl oder 15 Sekunden in einen Behälter mit aufgefangener Urin.
- Achten Sie darauf, dass die saugfähige Spitze ausreichend nass ist.
- Setzen Sie die Kappe wieder auf.
- Legen Sie den Teststab auf eine ebene Fläche.
- Sie können das Ergebnis des Tests nach 10 Minuten ablesen.



Das F steht für Testlinie, das C steht für Kontrolllinie.

Negativ: Wenn nur eine Kontrolllinie erscheint oder die Testlinie heller ist als die Kontrolllinie, ist das Ergebnis negativ. Der LH-Anstieg hat noch nicht angefangen. **Positiv:** Wenn die Testlinie und die Kontrolllinie gleich dunkel sind oder die Testlinie dunkler ist als die Kontrolllinie, ist das Ergebnis positiv und findet Ihre Empfängnis innerhalb 48 Stunden statt.**Wichtig:** Falls die Kontrolllinie nicht erscheint, ist der Test ungediend und Sie müssen einen neuen Test durchführen. Befolgen Sie die Gebrauchsanweisung ganz genau.**ACHTUNG:** Lesen Sie das Testergebnis innerhalb von 20 Minuten nach Testdurchführung ab!**Wie funktioniert dieser Ovulatietest?**

Der Test spürt LH (Luteinisierendes Hormon) im Urin auf. Die primäre Funktion des LH ist die Freisetzung einer reifen Eizelle in den Eierstöcken.

Der sprunghafte Anstieg der Menge an LH im Urin ist das Signal zum Auslösen des Eisprungs. LH ist immer im Urin anwesend, aber während des Anstiegs ist die Menge 20 bis 30 Mal höher, als die normale Menge.

Dieser Anstieg dauert 1-3 Tage, danach sinkt das LH schnell wieder auf die normale Menge. Die Ovulation (Eisprung) findet 20-48 Stunden nach dem Anfang des LH-Anstieges statt. Dies ist der fruchtbarste Zeitraum Ihres Menstruationszyklus.

Wann fängt man mit dem Testen an? Berechnen Sie die durchschnittliche Dauer Ihres Menstruationszyklus. Wenn Sie einen unregelmäßigen Zyklus haben, nehmen Sie den kürzesten Zyklus als Ausgangspunkt. In der linken Spalte suchen Sie die durchschnittliche Dauer Ihres Menstruationszyklus. In der rechten Spalte finden Sie den Tag, an welchem Sie an besten mit dem Test beginnen sollten. Dabei zählt der Tag, an dem Ihre Menstruation anfangen hat, als Tag 1.

Durchschnittliche Zyklus	Anfangen am Tag
25	7
26	8
27	9
28	10
29	11
30	12

Durchschnittliche Zyklus	Anfangen am Tag
31	13
32	14
33	15
34	16
35	17
36	18

Worauf muss man achten?

- Sorgen Sie vor der Ausführung des Tests dafür, dass Sie 4 Stunden nicht wasserlassen und 2 Stunden nicht zu viel trinken.
- Führen Sie den Test nicht mit dem Magen voll durch, sondern mit dem Urin, den Sie zwischen 10:00 und 22:00 Uhr aufgefangen haben.
- Sorgen Sie dafür, dass der Test auf genug frische Urin durchgezogen ist.
- Führen Sie den Test jeden Tag um die selbe Zeit durch. Um die Mittagzeit ist der beste Zeitpunkt.

Wie lange sollten Sie den Test durchführen? Am den Tag, an welchem Sie mit dem Test anfangen haben, führen Sie jeden Tag einen Test durch und machen so lange weiter, bis Sie ein positives Ergebnis haben. Dies kann 5 bis 15 Tage dauern und sich per 2 Zyklus variieren.**Was ist, wenn nach 20 Minuten vor keine Linie erscheint?** Das Testergebnis ist ungediend. Wahrscheinlich haben Sie nicht ausreichend Urin verwendet. Führen Sie einen neuen Test durch und achten Sie darauf ausreichend Urin zu verwenden.

Bei Zonenrezeptur aufbewahren und verwenden - Von Kindern fernhalten - Nicht in direkten Tageslicht, Feuerlicht oder Hitze stellen - Test ist für den einmaligen Gebrauch - Mat Care ist für ein falsches Interpretieren des Testergebnisses und/oder Verletzung der Produkts nicht haftbar - Falls Sie Fragen haben, schicken Sie einfach eine E-Mail an: info@matcare.de